

STIMULASI SOSIAL EMOSIONAL MELALUI INTERAKSI KELOMPOK PADA ANAK USIA DINI USIA 4-5 TAHUN

Trisa Kumalasari

Universitas Wahidiyah, Kota Kediri, Jawa Timur, Indonesia

E-mail : trisa_kms@uniwa.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan sosial emosional merupakan salah satu aspek penting yang harus distimulasi sejak dini agar anak mampu mengenali diri, memahami perasaan, dan menjalin hubungan sosial yang positif. Pada usia 4–5 tahun, anak mulai aktif berinteraksi dengan teman sebaya, sehingga kegiatan kelompok menjadi sarana yang efektif untuk menumbuhkan empati, kerja sama, dan pengendalian diri. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan stimulasi sosial emosional melalui interaksi kelompok sebagai strategi yang efektif dalam mendukung kemampuan anak mengenali emosi, mengelola diri, bekerja sama, serta menjalin hubungan positif dengan teman sebaya. Metode yang digunakan adalah studi literatur dan observasi sederhana terhadap perilaku anak dalam kegiatan kelompok seperti permainan kooperatif, diskusi kecil, dan kerja kelompok. Hasil kajian menunjukkan bahwa interaksi kelompok mampu meningkatkan kemampuan anak dalam berbagi, menunggu giliran, berkomunikasi, menunjukkan empati, serta menyelesaikan konflik secara lebih terarah. Selain itu, stimulasi yang diberikan secara konsisten oleh guru melalui pendekatan bermain terbukti memperkuat kompetensi sosial emosional anak.

Kata kunci : Sosial Emosional, Interaksi Kelompok

ABSTRACT

Social-emotional development is a crucial aspect that must be stimulated from an early age to enable children to recognize themselves, understand their feelings, and establish positive social relationships. At 4–5 years of age, children begin to actively interact with their peers, making group activities an effective means of fostering empathy, cooperation, and self-control. This study aims to describe social-emotional stimulation through group interactions as an effective strategy to support children's ability to recognize emotions, manage themselves, cooperate, and establish positive relationships with peers. The methods used were a literature review and simple observations of children's behavior in group activities such as cooperative games, small discussions, and group work. The results of the study indicate that group interactions can improve children's abilities to share, wait their turn, communicate, show empathy, and resolve conflicts in a more focused manner. Furthermore, consistent stimulation provided by teachers through a playful approach has been shown to strengthen children's social-emotional competence.

Keywords: Social Emotional, Group Interaction

1. PENDAHULUAN

Perkembangan sosial emosional merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan anak usia dini karena menjadi dasar bagi anak untuk membangun hubungan interpersonal, mengelola emosi, serta menumbuhkan rasa percaya diri. Pada usia 4–5 tahun, anak mulai menunjukkan

kemampuan berinteraksi dengan teman sebaya, mengekspresikan perasaan, dan memahami aturan sederhana. Namun kenyataannya, tidak semua anak memperoleh kesempatan untuk berlatih keterampilan sosialnya melalui kegiatan yang terstruktur.

Interaksi kelompok merupakan salah satu bentuk kegiatan yang memberi ruang bagi anak untuk belajar bekerja sama, berbagi, menunggu giliran, serta mengenali perasaan diri dan orang lain. Melalui kegiatan kelompok yang terarah, guru dapat menstimulasi kemampuan sosial emosional anak dengan cara yang menyenangkan dan sesuai dunia bermain mereka.

Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa sebagian anak masih mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi, cenderung menyendiri, mudah marah, atau kurang mampu bekerja sama. Hal ini menandakan perlunya strategi pembelajaran yang dapat menumbuhkan kemampuan sosial emosional secara lebih efektif, salah satunya melalui interaksi kelompok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan memahami secara mendalam bagaimana proses stimulasi sosial emosional terjadi melalui interaksi kelompok pada anak usia dini. Menurut Sugiyono (2018), penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti kondisi objek alamiah, di mana peneliti berperan sebagai instrumen kunci. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat mengamati perilaku sosial emosional anak secara langsung saat berinteraksi dalam kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Selama proses penelitian, kegiatan interaksi kelompok yang digunakan untuk menstimulasi sosial emosional anak dilakukan melalui berbagai bentuk kegiatan, antara lain: 1) Permainan “Menyusun Balok Bersama” Anak dibagi dalam kelompok kecil beranggotakan 3–4 anak. Mereka diminta bekerja sama menyusun menara dari balok. Anak belajar berbagi peran, saling menunggu giliran, dan bekerja sama mencapai tujuan. Beberapa anak yang awalnya enggan berbagi mulai menunjukkan inisiatif membantu teman.

2. Kegiatan “Bermain Peran Profesi” Anak-anak berperan sebagai dokter, pasien, dan perawat. Kegiatan ini menumbuhkan empati dan kemampuan memahami perasaan orang lain. Anak mulai menunjukkan ekspresi emosional yang sesuai konteks, misalnya berpura-pura menenangkan “pasien”.

3. Permainan Kelompok “Estafet Bola” Anak duduk melingkar dan mengoper bola sesuai irama lagu. Melatih anak untuk mengendalikan emosi, menunggu giliran, dan menghargai teman. Anak belajar menerima kekalahan tanpa marah atau menangis berlebihan.

4. Diskusi Kelompok Kecil Setelah Bermain Setelah kegiatan, guru memfasilitasi diskusi sederhana dengan pertanyaan seperti “Bagaimana perasaanmu saat bermain tadi?” Anak belajar mengenali dan mengekspresikan emosi secara positif. Guru memberi pujian atas perilaku yang menunjukkan kerja sama dan empati

C. Berdasarkan observasi selama empat pertemuan, diperoleh temuan sebagai berikut:

1. Anak menunjukkan peningkatan kemampuan bekerja sama, ditandai dengan kemauan berbagi alat permainan, menunggu giliran, dan mengikuti arahan kelompok.

2. Anak mulai lebih berani mengekspresikan pendapat ketika kegiatan diskusi sederhana berlangsung.

3. Anak tampak lebih peka terhadap perasaan teman, misalnya membantu teman yang kesulitan atau memberi dukungan ketika temannya terlihat sedih.

4. Anak yang sebelumnya cenderung pasif mulai terlibat aktif dalam kegiatan kelompok.

B. PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini

Anak usia 4–5 tahun berada pada tahap perkembangan sosial emosional yang pesat. Pada masa ini, anak mulai mampu memahami perasaan orang lain, mengenali emosi diri sendiri, dan mulai belajar berinteraksi secara lebih

kompleks dengan teman sebaya. Menurut Hurlock (2012), anak pada usia ini mulai menunjukkan kemandirian sosial, belajar berbagi, serta memahami aturan bermain bersama. Namun, kemampuan sosial emosional anak tidak berkembang secara otomatis. Anak membutuhkan stimulasi yang tepat, yaitu melalui kegiatan yang memberikan pengalaman sosial secara langsung, seperti interaksi kelompok. Melalui kegiatan kelompok, anak belajar berpartisipasi, menghargai pendapat teman, dan menyelesaikan konflik kecil yang muncul selama bermain.

B. Peran Interaksi Kelompok dalam Menstimulasi Sosial Emosional Anak
Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan interaksi kelompok mampu meningkatkan berbagai aspek sosial emosional anak, seperti empati, kerja sama, pengendalian emosi, dan rasa percaya diri. Anak-anak yang semula cenderung pasif atau enggan berbagi, setelah mengikuti kegiatan kelompok secara rutin, mulai menunjukkan inisiatif membantu teman, mau menunggu giliran, serta menunjukkan ekspresi emosi yang lebih positif. Hal ini membuktikan bahwa interaksi kelompok memberikan ruang alami bagi anak untuk belajar memahami diri dan orang lain. Temuan ini mendukung teori Vygotsky (1978) yang menyatakan bahwa perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial dengan orang lain. Melalui proses bermain bersama, anak mengalami scaffolding — yaitu bimbingan dari guru atau teman sebaya yang membantu anak mengembangkan kemampuan sosial dan emosionalnya. Selain itu, teori Goleman (2000) tentang kecerdasan emosional juga menjelaskan bahwa keterampilan sosial seperti empati, mengelola emosi, dan bekerja sama berkembang melalui pengalaman sosial berulang. Dengan demikian, interaksi kelompok bukan sekadar kegiatan bermain, tetapi juga

sarana efektif untuk menstimulasi kecerdasan emosional anak usia dini.

C. Kegiatan interaksi kelompok terbukti memberikan kesempatan luas bagi anak untuk berlatih keterampilan sosial secara nyata. Melalui permainan kerja sama, anak belajar memahami peran masing-masing dalam kelompok dan merasakan manfaat bekerja bersama. Sementara itu, kegiatan diskusi mengenai perasaan membantu anak mengenali dan mengekspresikan emosinya dengan cara yang lebih tepat.

Guru yang berperan sebagai pendamping mampu memberikan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan anak, misalnya dengan memberikan contoh ujaran yang sopan, menengahi konflik kecil, serta memberikan pujian ketika anak berhasil mengontrol emosinya. Peningkatan yang terlihat pada anak menunjukkan bahwa interaksi kelompok merupakan strategi yang efektif dalam menumbuhkan sosial emosional anak usia dini, khususnya pada usia 4–5 tahun yang sedang berada pada fase berkembang pesat dalam kemampuan sosial.

Kutipan dan Acuan

a. Kutipan tentang pentingnya stimulasi sosial emosional

Kutipan langsung: “Kemampuan sosial emosional anak tidak berkembang secara otomatis. Anak membutuhkan stimulasi yang tepat melalui kegiatan kelompok yang memberikan pengalaman sosial secara langsung.” (Nama Penulis, Tahun, hlm. x)

Kutipan tidak langsung (parafrase): Stimulasi sosial emosional harus diberikan melalui interaksi kelompok karena anak usia dini membutuhkan pengalaman nyata untuk belajar mengelola emosi dan berhubungan dengan teman sebaya (Nama Penulis, Tahun).

b. Kutipan tentang manfaat interaksi kelompok

Kutipan langsung: “Melalui kegiatan kelompok yang terstruktur, anak memperoleh pengalaman berharga dalam

bekerja sama, mengekspresikan emosi, memahami perasaan teman, serta berpartisipasi dalam kegiatan sosial secara menyenangkan.” (Nama Penulis, Tahun, hlm. x)

Parafrase: Interaksi kelompok dapat membantu anak meningkatkan kerja sama, empati, tanggung jawab, dan kemampuan mengendalikan emosi (Nama Penulis, Tahun).

c. Kutipan tentang peran guru

Kutipan langsung: “Guru dapat memanfaatkan hasil penelitian sebagai panduan untuk menstimulasi kemampuan sosial emosional melalui kegiatan bermain yang terstruktur.” (Nama Penulis, Tahun, hlm. x)

Parafrase: Guru memiliki peran sebagai fasilitator yang memberikan dukungan, contoh perilaku, serta pendampingan saat anak berinteraksi dalam kelompok (Nama Penulis, Tahun).

d. Kutipan tentang hasil penelitian

Kutipan langsung: “Anak menunjukkan peningkatan kemampuan bekerja sama, ditandai dengan kemauan berbagi alat permainan, menunggu giliran, dan mengikuti arahan kelompok.” (Nama Penulis, Tahun, hlm. x)

Parafrase: Penelitian menunjukkan bahwa interaksi kelompok secara rutin dapat meningkatkan berbagai aspek sosial emosional anak (Nama Penulis, Tahun).

Ula, Lailatus. 20243330105. “ Stimulasi Sosial Emosional Melalui Interaksi Kelompok Pada Anak Usia Dini Usia 4-5 Tahun Di TK Plus Wahidiyah Lumajang Tahun Ajaran 2025”. Karya Ilmiah, Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan ilmu Pendidikan Universitas Wahidiyah Kediri.

PENUTUP

Simpulan

1. Stimulasi sosial emosional melalui interaksi kelompok terbukti memberikan dampak

positif terhadap perkembangan anak usia 4–5 tahun. Melalui berbagai bentuk kegiatan kelompok yang terstruktur, anak memperoleh pengalaman berharga dalam bekerja sama, mengekspresikan emosi, memahami perasaan teman, serta berpartisipasi dalam kegiatan sosial secara menyenangkan.

2. Interaksi kelompok juga membantu anak belajar mengelola emosi dan mengembangkan rasa percaya diri. Interaksi kelompok mampu meningkatkan berbagai aspek sosial emosional anak. Anak menunjukkan peningkatan pada aspek kerja sama, empati, tanggung jawab, percaya diri, dan kemampuan mengendalikan emosi setelah mengikuti kegiatan kelompok secara rutin dan terarah.
3. Guru berperan penting sebagai fasilitator, model, dan pembimbing dalam kegiatan interaksi kelompok. Guru membantu anak belajar menyelesaikan konflik, mengekspresikan perasaan dengan tepat, dan menumbuhkan nilai-nilai sosial seperti empati dan toleransi. Lingkungan belajar yang kondusif dan suasana bermain yang menyenangkan menjadi faktor pendukung utama keberhasilan stimulasi sosial emosional. Anak lebih mudah mengekspresikan emosi positif dan berinteraksi secara sehat dengan teman sebayanya.

Saran

1. Bagi Guru PAUD

Guru hendaknya menerapkan kegiatan interaksi kelompok secara rutin dan bervariasi, seperti bermain peran, permainan kooperatif, dan

diskusi kelompok kecil untuk menstimulasi aspek sosial emosional anak. Guru perlu memberikan contoh nyata (role model) dalam menunjukkan perilaku sosial positif seperti empati, kesabaran, dan kerja sama. Guru diharapkan menciptakan suasana belajar yang aman, hangat, dan penuh kasih sayang, agar anak merasa nyaman berinteraksi.

1. Bagi Lembaga PAUD

Lembaga perlu menyediakan sarana dan waktu yang memadai untuk pelaksanaan kegiatan kelompok. Mengadakan pelatihan bagi guru tentang strategi stimulasi sosial emosional berbasis interaksi sosial. Menjalin kerjasama dengan orang tua agar stimulasi sosial emosional anak juga berlanjut di rumah.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan mendukung perkembangan sosial emosional anak di rumah dengan cara memberikan kesempatan anak bermain bersama teman, mendengarkan perasaan anak, dan memberi contoh perilaku sosial positif. Orang tua perlu memahami bahwa interaksi sosial adalah bagian penting dari proses belajar anak, bukan sekadar bermain biasa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan menggunakan pendekatan kuantitatif atau eksperimen untuk mengukur peningkatan aspek sosial emosional secara lebih terperinci. Peneliti selanjutnya juga dapat meneliti pengaruh jenis kegiatan kelompok tertentu (misalnya permainan peran, permainan edukatif, atau proyek kelompok) terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

Penulis daftar pustaka

Daftar pustaka merupakan daftar karya tulis yang dibaca penulis dalam mempersiapkan artikelnya dan kemudian digunakan sebagai acuan dalam artikel ilmiah. Daftar Pustaka harus ada sebagai pelengkap acuan dan petunjuk sumber acuan. Penulis Daftar Pustaka mengikuti aturan dalam buku pedoman ini.

- Berk, L. E. (2013). *Child Development* (9th ed.). Pearson Education.
- Bredekamp, S., & Copple, C. (2009). *Developmentally Appropriate Practice in Early Childhood Programs*. Washington DC: National Association for the Education of Young Children.
- Direktorat PAUD. (2015). *Pedoman Pengembangan Nilai-Nilai Sosial dan Emosional Anak Usia Dini*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Erikson, E. H. (1993). *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton & Company.
- Hurlock, E. B. (2012). *Perkembangan Anak* (Edisi 6). Jakarta: Erlangga.
- Kurniawati, D., & Mulyasa, E. (2019). *Pendidikan Anak Usia Dini: Konsep dan Praktik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mutiah, D. (2015). *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development* (12th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sujiono, Y. N. (2014). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks.